



Resiliensi Istri Tentara (TNI-AD) Yang Tinggal Di Asrama Ketika Suami Bertugas Di Daerah Konflik

Resilience Of Wives Of Soldiers (TNI-AD) Who Live In Dormitories When Husbands Serve In Conflict Areas

Nadya Hamidah Wangsa Puteri*, Muh. Daud

Jurusan Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*Penulis Koresponden: nadyahamidah81@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana resiliensi istri tentara yang tinggal di asrama ketika suami bertugas di daerah konflik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretatif. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara mendalam pada enam orang subjek yaitu istri tentara yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan IPA (Interpretative Phenomenological Analysis) dan menunjukkan bahwa subjek merasakan emosi negatif secara terus-menerus selama satu tahun durasi penugasan suami di daerah konflik yang berdampak langsung pada kondisi mental dan fisik subjek. Selama penugasan subjek mengalami kejadian tidak terduga seperti kesulitan berkomunikasi dengan suami karena penugasan yang disebabkan oleh serangan dari OPM, kondisi kesehatan anak menurun dan harus dilakukan operasi, kesulitan dalam mendidik dan merawat anak, hingga kontraksi terus-menerus sehingga harus melahirkan lebih cepat dari waktunya. Sumber resiliensi subjek berasal dari dukungan dari keluarga, tetangga, teman-teman serta adanya dorongan yang kuat dari dalam diri subjek untuk bisa mandiri dan bangkit dari keterpurukan.

Kata Kunci: Daerah Konflik, Istri Tentara, Penugasan, Resiliensi

ABSTRACT

This study aims to find out how the resilience of soldiers' wives who live in dormitories when their husbands serve in conflict areas. This study uses a qualitative method with an interpretive phenomenological approach. Data collection was carried out by in-depth interviews with six subjects, namely soldiers' wives according to the characteristics of the study. The results of the study were analyzed using IPA (Interpretative Phenomenological Analysis) and showed that the subject felt negative emotions continuously during the one year duration of the husband's assignment in the conflict area which had a direct impact on the subject's mental and physical condition. During the assignment the subject experienced unexpected events such as difficulty communicating with her husband due to the assignment caused by an attack from OPM, the child's health condition declined and had to be operated on, difficulties in educating and caring for the child to constant contractions so that she had to give birth ahead of time. The source of the subject's resilience comes from support from family, neighbors, friends and a strong encouragement from within the subject to be independent and rise from adversity.

Keywords: Conflict Areas, Deployment, Resilience, Soldier's Wives

1. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan sebuah sub sistem dari hubungan yang luas antara dua orang dewasa dengan jenis kelamin berbeda membuat sebuah komitmen legal dan personal untuk hidup bersama sebagai suami dan istri (Asmarina & Lestari, 2017). Maslow (Litolily dan Swastaningsih, 2014) menjelaskan bahwa manusia memiliki kebutuhan untuk dimiliki dan dicintai yang dapat terwujud dalam beberapa hal, seperti keinginan untuk bersahabat, memiliki pasangan dan keturunan, serta kebutuhan untuk melekat pada sebuah keluarga dan lingkungan bertetangga.

Klagsburg (Litolily dan Swastaningsih, 2014) mengemukakan bahwa salah satu karakteristik kepuasan pernikahan adalah menikmati kebersamaan dengan pasangan, dimana karakteristik ini dapat terpenuhi ketika pasangan suami dan istri tinggal dan menghabiskan waktu bersama. Namun, pada beberapa pernikahan hal tersebut tidak dapat dipenuhi ketika pasangan suami dan istri tinggal terpisah dalam jarak yang jauh (Litolily dan Swastaningsih, 2014).

Penelitian-penelitian yang membahas mengenai dampak psikologis dan fisik istri yang suaminya bertugas ke daerah berbeda dilakukan oleh Supiyati (2020) yang menunjukkan bahwa istri tentara yang ditinggal tugas oleh suaminya mengalami perasaan sedih, dan juga cenderung bermalas-malasan. Hasil penelitian juga menunjukkan munculnya tanda terjadinya stres pada subjek seperti perasaan khawatir dan perasaan mudah marah. Ditinggalkan bertugas oleh suami juga memicu timbulnya rasa kesepian pada istri TNI-AD.

Penelitian lain dilakukan oleh Wijayana (2019) menunjukkan hasil penelitian bahwa istri yang memiliki tingkat kesepian yang tinggi dan sedang cenderung mempunyai masalah yang lebih kompleks mencakup masalah anak, komunikasi dengan suami, pekerjaan rumah, serta beban dan tanggung jawab dalam organisasi. Masalah-masalah tersebut membuat istri merasa kehilangan suami sebagai sosok intim sehingga istri mengalami kesepian.

Penelitian juga dilakukan oleh Litolily dan Swastaningsih (2014) tentang dampak psikologis yang dirasakan subjek penelitian saat ditinggal suami bekerja diluar daerah yaitu munculnya perasaan cemas dan khawatir, penurunan nafsu makan, meningkatnya rasa malas, dan juga gangguan tidur. Selain itu, istri merasa terbebani dalam mengurus anak dan juga timbul perasaan bersalah karena tidak menjalankan kewajiban sebagai seorang istri untuk melayani suami.

Masalah yang berkaitan dengan peran suami dan istri serta perasaan-perasaan negatif yang timbul berdasarkan beberapa hasil wawancara di atas tersebut harus dapat diatasi oleh istri seorang tentara agar mampu bertahan dalam kehidupan rumah tangga mereka. Damayanti (2019) berpendapat bahwa seorang istri tentara dituntut untuk terbiasa dengan pekerjaan yang dimiliki oleh suami dan kebanyakan dari mereka sudah siap menghadapi konsekuensi dari penugasan bahkan kemungkinan yang terburuk sekalipun. Oleh karena itu, seorang istri tentara perlu memiliki kemampuan resiliensi yang baik.

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menyesuaikan diri ketika dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal (Damayanti, 2019). Admunadi (2019, dalam Damayanti 2019) menjelaskan bahwa resiliensi sangat dibutuhkan oleh individu agar dapat menjalani hidup dengan baik, dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi, dan juga mencegah seseorang mengalami permasalahan psikologis. Resiliensi juga mampu mendorong individu untuk sukses dalam hidup, mencegah penurunan kesehatan fisik dan psikis, serta mampu membentuk individu menjadi pribadi yang lebih kuat.

Penelitian terdahulu mengenai resiliensi istri dilakukan oleh Damayanti (2019) dimana hasil penelitian menghasilkan enam tema yaitu memahami penugasan suami, menghadapi duka dan nestapa sebagai istri tentara, merasa bangga namun khawatir saat suami bertugas, kesulitan menghadapi peran ayah dalam merawat anak, berupaya mencari dukungan, dan beradaptasi pada kondisi sulit. Keenam tema

tersebut pada akhirnya memunculkan satu tema besar yaitu resiliensi istri untuk dapat mencapai kestabilan keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Damayanti (2019) tersebut sejalan dengan pendapat Friedman (2010) yang mengemukakan bahwa suatu keluarga yang terpaksa untuk berubah ketika ada penambahan atau pengurangan dari anggota keluarga akan berdampak pada pengalihan fungsi dan juga peran dari anggota keluarga yang pergi kepada anggota keluarga yang ditinggalkan, dalam hal ini pengalihan fungsi dan peran suami yang pergi untuk bertugas kepada istri yang ditinggal bertugas.

Seorang istri tentara diharuskan untuk menerima pengalihan fungsi dan peran yang semestinya merupakan tanggung jawab suami. Marnocha (2012) menyampaikan bahwa penugasan suami dapat menjadi proses yang luar biasa bagi istri, dimana seorang istri akan mengalami masa-masa sulit seperti kehilangan dukungan emosional, merasa kesepian, adanya tekanan karena perpisahan dalam jangka waktu yang tidak sebentar, timbulnya perubahan dalam tanggung jawab, kesulitan dalam mengasuh anak, gangguan peran menetap dalam keluarga, hingga masalah keuangan.

Masalah-masalah yang berkaitan dengan kepergian suami serta hilangnya bantuan serta dukungan dari suami karena penugasan merupakan konsekuensi yang harus diterima individu ketika bersedia menjadi istri tentara sehingga seorang istri tentara diharapkan memiliki resiliensi atau kemampuan untuk bertahan dalam situasi menekan yang dialaminya selama suami bertugas. Berdasarkan hasil data awal serta uraian di atas membuat penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi pada istri tentara (TNI-AD) yang ditinggal bertugas di daerah konflik.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Resiliensi

Secara bahasa, resiliensi merupakan kata atau istilah yang berasal dari bahasa Inggris dari kata *resilience* yang artinya daya pegas atau ketahanan. Grotberg (1995) mengemukakan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan bertahan, serta merupakan kapasitas individu untuk memecahkan dan menghadapi masalah setelah mengalami kesengsaraan. Utami dan Helmi (2017) berpendapat bahwa resiliensi juga mengarah pada pola adaptasi positif individu selama atau setelah menghadapi kesulitan.

Ruswahyuningsih dan Afiatin (2015) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit kembali (*to bounce back*) dari pengalaman emosi negatif dan kemampuan untuk beradaptasi secara fleksibel terhadap permintaan-permintaan yang terus berubah dari pengalaman-pengalaman stres. Lebih lanjut, Petranto (Hadianto, Nurwati, & Darwis, 2017) mengemukakan bahwa resiliensi adalah seberapa tinggi daya tahan seseorang dalam menghadapi stress dan kesengsaraan.

Perkins dan Caldwell mengemukakan bahwa resiliensi bukan merupakan sifat yang bersifat statis yang dimiliki oleh individu sejak lahir, serta bukan juga merupakan sifat yang menetap dalam diri individu, namun merupakan hasil transaksi dinamis antara kekuatan dari luar dengan kekuatan dari dalam diri individu (Hendriani, 2018). Resiliensi bersifat universal dan penting untuk dimiliki oleh setiap individu (Suryadi, 2020). Resiliensi bahkan merupakan kebutuhan manusia untuk menghadapi tantangan dalam setiap proses kehidupannya. Mulai dari stres ataupun tantangan sehari-hari sebagai pribadi, stres interpersonal dengan orang lain, dan hingga dengan krisis nasional.

Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek dari resiliensi, yaitu :

- 1) Regulasi Emosi, yaitu kemampuan individu untuk tetap berada dalam keadaan tenang

walaupun orang tersebut sedang berada dalam tekanan. Regulasi emosi yang dimaksud dalam hal ini merupakan pengaturan emosi pada keadaan fokus dan tenang.

- 2) Optimisme, yaitu keadaan individu yang mempunyai kepercayaan penuh terhadap segala sesuatu yang terjadi dan membuatnya menjadi lebih baik lagi.
- 3) Kontrol terhadap impuls, yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan, dorongan, dan tekanan yang muncul pada dirinya, lalu membawanya kedalam kemampuan berpikir secara tepat.
- 4) Pencapaian, yaitu gambaran kemampuan individu untuk meningkatkan aspek positif yang ada dalam dirinya.
- 5) Efikasi Diri, yaitu keyakinan individu terhadap dirinya dalam memecahkan masalah.
- 6) Empati, yaitu kemampuan individu untuk membaca dan merasakan perasaan dan emosi orang lain sehingga individu tersebut mampu membaca kondisi psikologis dan emosional seseorang secara verbal maupun non-verbal.
- 7) Kemampuan Menganalisis Masalah, yaitu keadaan individu yang menunjukkan dirinya memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalahnya secara tepat dan akurat.

Grotberg (1995) mengemukakan bahwa resiliensi dapat dipengaruhi dari tiga faktor yang ada dalam diri individu, yaitu :

- 1) *I Have*, merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan pemaknaan seseorang terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya.
- 2) *I Am*, merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh individu, yang terdiri dari perasaan, sikap, dan keyakinan pribadi.
- 3) *I Can*, merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan seseorang yang berhubungan dengan keterampilan sosial dan interpersonal yang meliputi keterampilan berkomunikasi, memecahkan masalah, mengukur temperamen

sendiri dan orang lain, serta menjalin hubungan saling mempercayai.

2.2. Istri Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat (TNI-AD)

Berdasarkan UU Republik Indonesia No. 34 tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia bahwa Tentara Nasional Indonesia sebagai alat pertahanan Negara Kesatuan Republik Indonesia, bertugas melaksanakan kebijakan pertahanan negara untuk menegakkan kedaulatan negara, mempertahankan keutuhan wilayah, dan melindungi keselamatan bangsa, menjalankan operasi militer untuk peran dan operasi militer selain perang, serta ikut secara aktif dalam tugas pemeliharaan perdamaian regional dan internasional. Sebagai seorang istri TNI-AD tidak bisa dipisahkan dari sang suami yang bertugas sebagai seorang TNI-AD, baik itu dalam melaksanakan tugas organisasi maupun dalam kehidupan berumah tangga (pribadi). Oleh karena itu kehadiran seorang istri TNI-AD dianggap penting untuk mendukung suami yang mengabdikan kepada bangsa dan negara untuk menjalankan tugas dengan sebaik-baiknya (Muthia & Hadiwirawan, 2021).

Berdasarkan Standard Operating Procedure (SOP) yang berlaku di instansi tersebut, terdapat beberapa peraturan yang wajib untuk diikuti oleh calon istri tentara (Muthia & Hadiwirawan, 2021). Hasil wawancara yang dilakukan pada enam subjek pada tanggal 21 Maret 2021 di Batalyon Infanteri 700/Raider Makassar mengungkapkan bahwa tahapan prosedur serta aturan yang wajib untuk dilakukan seperti melengkapi Surat Keterangan Catatan Kepolisian (SKCK), melaksanakan beberapa tes seperti tes kesehatan dan tes keperawanan di rumah sakit, menyatakan kesediaan untuk menjadi anggota PERSIT serta kesediaan untuk ditinggal bertugas oleh suami. Sementara itu di Batalyon Infanteri 700/Raider Makassar sendiri terdapat beberapa prosedur, yaitu tes pengetahuan calon istri tentara mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pekerjaan suami dan organisasi PERSIT, seperti nama pengurus hingga jabatan suami.

Selain mendampingi suami yang bertugas dalam melaksanakan dan menunaikan tugas negara, seorang istri TNI-AD juga memiliki organisasi yang disebut PERSIT. Muthia dan Hadiwirawan (2021) mengungkapkan bahwa buku panduan untuk istri tentara dapat diakses oleh calon istri tentara. Buku tersebut berisi tentang pengetahuan mengenai PERSIT hingga uraian tugas istri sebagai anggota. PERSIT juga bersifat administratif dan memiliki struktur organisasi sendiri. Selain itu, istri tentara juga diperkenalkan dengan aturan-aturan khusus seperti cara berpakaian hingga etika dalam berkomunikasi.

Kegiatan-kegiatan dalam PERSIT sendiri seringkali bergerak dalam bidang sosial, budaya bahkan dalam bidang pendidikan seperti kunjungan ke panti hingga membina sebuah institusi pendidikan. Seorang istri tentara juga perlu menghadiri kegiatan kunjungan pimpinan maupun upacara serah terima jabatan (Muthia & Hadiwirawan, 2021).

3. METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian kualitatif. Cresswell (2019) mengemukakan bahwa metode penelitian kualitatif merupakan metode yang digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang menurut sejumlah individu atau kelompok merupakan suatu hal yang timbul dari masalah sosial atau kemanusiaan. Penelitian kualitatif merupakan metode yang bertujuan untuk membangun makna mengenai suatu fenomena berdasarkan pandangan-pandangan dari para partisipan (Kahija, 2017).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi interpretatif. Cresswell (2019) mengemukakan bahwa pendekatan fenomenologi merupakan rancangan penelitian yang dimana peneliti mendeskripsikan pengalaman kehidupan manusia terhadap suatu fenomena tertentu seperti yang dijelaskan oleh partisipan. Rancangan ini

memiliki landasan filosofis yang kuat serta melibatkan pelaksanaan wawancara.

3.2. Desain Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dampak dari penugasan suami dan bagaimana resiliensi istri tentara yang tinggal di asrama ketika suami bertugas di daerah konflik. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data kualitatif yang disajikan dalam bentuk deskriptif.

Subjek penelitian ini berjumlah enam orang subjek yang sesuai dengan karakteristik sebagai berikut :

- 1) Subjek dalam penelitian ini berada pada masa dewasa awal , yaitu berusia 18 hingga 40 tahun.
- 2) Subjek merupakan seorang istri tentara (TNI-AD) yang suaminya pernah atau sedang bertugas di daerah konflik.
- 3) Usia pernikahan subjek dan suami minimal 3 tahun.
- 4) Subjek tinggal atau menetap di asrama Batalyon Infanteri 700/Raider Makassar selama suami bertugas di daerah konflik.

Adapun keterangan terkait identitas responden penelitian yaitu :

Tabel 1. Identitas Responden Penelitian

Inisial	Inisial dan Pangkat Suami	Usia	Usia Pernikahan	Keterangan
IT	SB/Praka	25 Tahun	3 Tahun	Suami bertugas selama 1 tahun di Timika, Papua (puncak gunung Ilaga).
M	Z/Praka	27 Tahun	3 Tahun	Suami bertugas selama 1 tahun di Papua.
NO	AT/Praka	27 Tahun	7 Tahun	Suami dua kali bertugas, yang pertama selama sebelas bulan di Papua, dan yang kedua selama 1 tahun

				di Induga, Papua.
M	AA/Praka	26 Tahun	4 Tahun	Suami bertugas selama 1 tahun di Papua (Pos Kendibam).
SW	AWH/Praka	23 Tahun	3 Tahun	Suami bertugas selama 1 tahun di Papua, Intan Jaya.
S	SA/Serda	29 Tahun	5 Tahun	Suami bertugas selama 1 tahun di Papua.

3.3. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi sebagai teknik pengumpulan data. Wawancara dilakukan secara langsung, dengan model wawancara semi-terstruktur. Observasi dilakukan pada saat proses wawancara dengan tujuan untuk melihat ekspresi yang ditunjukkan oleh subjek penelitian agar dapat menguatkan data wawancara yang diperoleh.

3.4. Analisis Data

Data hasil wawancara kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik IPA (Interpretative Phenomenological Analysis). Kahija (2017) mengemukakan bahwa tahapan dalam menganalisis data kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dengan menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) adalah sebagai berikut:

- 1) Membaca transkrip berulang kali, dimana peneliti membaca hasil transkrip wawancara secara berkali-kali dengan tujuan untuk mendalami dan memahami makna dari perkataan subjek.
- 2) Membuat catatan awal (Initial Noting), dimana peneliti menyusun catatan awal yang terdiri dari komentar eksploratis mengenai maksud/makna dari transkrip hasil wawancara partisipan. Komentar tersebut berupa pertanyaan interpretatif peneliti terhadap pernyataan subjek yang dianggap penting. Terdapat tiga jenis komentar eksploratis yaitu komentas konseptual,

komentar linguistis, dan komentar deskriptif. Komentar deskriptif merupakan komentar yang menggambarkan isi dari ucapan subjek. Komentar linguistis merupakan komentar peneliti tentang bahasa yang digunakan subjek. Sementara itu komentas konseptual merupakan komentar berupa pertanyaan kritis yang ada di pikiran peneliti saat membaca hasil transkrip wawancara subjek.

- 3) Membuat tema emergen, dimana setelah peneliti membuat catatan awal (initial noting), peneliti kemudian membuat tema emergen yang merupakan sekelompok kata berisi makna yang muncul dari pernyataan partisipan. Tema emergen memiliki tujuan untuk mengelompokkan pernyataan partisipan ke dalam tema yang sudah dibuat.
- 4) Membuat tema superordinat, dimana peneliti mengelompokkan tema emergen ke dalam tema yang lebih besar atau luas.
- 5) Pola-pola antar pengalaman partisipan, yaitu ketika seluruh hasil wawancara telah di analisis berdasarkan pengalaman individu masing-masing partisipan. Kemudian peneliti dituntut untuk menganalisis hubungan antara tema yang telah dibuat dengan hasil wawancara seluruh subjek dan menganalisis tema apa saja yang kebanyakan muncul dari keseluruhan wawancara dengan subjek. Setelah tahap analisis selesai, peneliti kemudian dituntut untuk membuat tema superordinat lintas partisipan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan analisis data yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan tiga tema penelitian, yaitu Kondisi saat mendengar keputusan penugasan suami, kondisi saat suami bertugas, dan resiliensi istri tentara yang tinggal di asrama ketika suami bertugas di daerah konflik. Adapun pembahasan mengenai ketiga tema tersebut adalah sebagai berikut :

1) Kondisi saat mendengar keputusan penugasan suami

Berdasarkan hasil wawancara terhadap keenam subjek mengungkapkan bahwa seluruh subjek merasakan emosi negatif seperti kaget, sedih, ketakutan, dan khawatir setelah mendengar lokasi penugasan suami yang berada pada daerah yang rawan terjadinya konflik dan rawan terpicunya terjadi kontak tembak. Subjek IT yang suaminya tergabung ke dalam satuan khusus merasa terkejut saat mendengar lokasi penugasan suami yang berada di daerah rawan terjadinya konflik. Subjek M merasa was-was dan mengkhawatirkan kondisi suaminya. Subjek NO yang suaminya sebelumnya sudah bertugas ke daerah di Papua merasa sangat khawatir karena daerah penugasan suami kali ini berada di daerah yang sering terjadi kontak tembak. Subjek SW merasa ketakutan dan khawatir akan kondisi suaminya selama bertugas di daerah konflik. Sementara Subjek MK dan Subjek S merasa sedih karena subjek merasa sangat bergantung kepada suami dalam hal urusan rumah tangga sehingga penugasan suami membuatnya gelisah.

2) Kondisi saat suami bertugas

Subjek IT yang menceritakan bahwa dirinya selalu menangis karena memikirkan kondisi suami di daerah penugasan, subjek IT juga seringkali merasa rindu dengan suami. Subjek IT seringkali merasa kesepian dan merasa kehilangan peran suami dalam kehidupan rumah tangga karena subjek IT seringkali dibantu oleh suami dalam urusan rumah tangga dan merawat anak. Sulitnya berkomunikasi dengan suami semakin memberikan dampak negatif bagi kondisi psikologis subjek IT bahkan tidak adanya kabar dari suami sangat berdampak terhadap kondisi kesehatan subjek IT. Subjek IT mengalami penurunan berat badan sebanyak 10 kg selama jangka waktu penugasan suami. Subjek IT juga harus melewati puasa dan lebaran bahkan melahirkan tanpa didampingi oleh suami.

Subjek M juga merasa sedih dan sangat khawatir, subjek M mengaku baru bisa merasa tenang ketika suami telah selesai penugasan. Perasaan kehilangan peran suami juga dialami oleh subjek M dimana subjek M harus melakukan kegiatan-kegiatan di rumah serta

mengatasi masalah yang ada di rumah sendirian tanpa bantuan dari suami. Subjek M juga merasa kewalahan dalam hal mengurus anak sendirian karena pada saat penugasan suami, anak subjek diharuskan untuk melakukan operasi besar. Hal tersebut menambah beban bagi subjek M dan membuat subjek M merasakan emosi negatif serta mengalami stres. Sulitnya berkomunikasi semakin membuat subjek M merasa tertekan apalagi ketika subjek membutuhkan izin dari suami untuk melakukan operasi pada anaknya.

Subjek NO merasakan emosi negatif selama setahun penugasan suami. Subjek NO merasa ketakutan karena lokasi penugasan suami rawan terjadinya kontak tembak dan subjek NO merasa khawatir akan kondisi kesehatan suami. Subjek NO seringkali menangis dan merasa tidak ada tempat untuk mencurahkan isi hatinya karena biasanya subjek bercerita dengan suami sebagai pasangannya. Subjek NO mengalami kendala dalam pengalihan peran suami dan merasa kesulitan dalam merawat anak tanpa bantuan suami. Terlebih ketika anak subjek sakit dan mencari ayahnya, membuat subjek hanya bisa menangis karena merasa tidak ada sosok suami yang biasanya menyemangati subjek. Sulitnya berkomunikasi dengan suami juga dialami oleh subjek NO, dimana intensitas komunikasi subjek NO dengan suami sangat jarang bahkan bisa hingga dua bulan tanpa kabar. Hal tersebut berdampak negatif pada kondisi fisik dan psikologis subjek NO, dimana subjek NO mengaku mengalami penurunan berat badan secara drastis selama suami subjek bertugas disebabkan karena pikiran subjek yang selalu tidak tenang memikirkan suaminya. Pengalaman berat yang dialami oleh subjek NO ketika anak sakit dan juga saat subjek NO diharuskan untuk melahirkan tanpa didampingi oleh suami.

Subjek MK mengalami emosi negatif selama suami bertugas di daerah konflik. Hal tersebut disebabkan karena subjek seringkali bergantung dengan suaminya dalam hal urusan rumah tangga dan dalam hal mengurus anak. Subjek MK seringkali memiliki pikiran negatif terkait kondisi suaminya yang

membuatnya seringkali menangis juga. Perasaan kehilangan peran suami juga kerap kali dirasakan oleh subjek MK berkaitan dengan merawat anak, terlebih ketika anak sakit membuat subjek MK merasa kebingungan karena walaupun mendapat bantuan dari tetangga namun subjek merasa lebih membutuhkan suami karena merasa suami lebih mengerti kondisi subjek. Sulitnya berkomunikasi dengan suami juga dirasakan oleh subjek MK dimana intensitas komunikasi subjek MK dan suami sekali seminggu dan hanya berdurasi lima menit saja dalam satu kali menelefon.

Subjek SW juga merasakan emosi negatif selama waktu penugasan suami. Subjek SW merasa kesepian karena subjek SW dan suami belum memiliki anak sehingga subjek SW merasa sangat kehilangan karena di dalam rumah sebelumnya hanya ada subjek SW dan suami. Subjek SW merasa sangat kehilangan peran suami dalam kehidupan sehari-harinya karena subjek SW selalu dibantu oleh suaminya dalam melakukan pekerjaan rumah tangga. Kesulitan berkomunikasi dengan suami menambah kekhawatiran yang dirasakan oleh subjek SW karena intensitas komunikasi subjek SW dengan suami hanya satu hingga dua bulan sekali.

Subjek S mengalami emosi negatif selama suami bertugas. Subjek S merasa sedih dan takut karena lokasi penugasan suami merupakan daerah yang rawan terjadinya konflik. Subjek S mengalami kendala dalam hal mengurus anak dan melakukan pekerjaan rumah tangga yang sebelumnya merupakan tugas dari suami subjek. Penugasan suami memberikan dampak negatif bagi fisik dan psikologis subjek, dimana pada saat suami penugasan di daerah konflik, subjek sedang mengandung. Sehingga apabila subjek mendengar kabar yang tidak baik dari daerah tempat penugasan suami sangat berdampak pada kondisi kandungan subjek, dimana subjek seringkali mengalami kontraksi akibat pikiran bahkan harus melahirkan lebih cepat dari waktu yang telah ditentukan.

Emosi-emosi negatif terus dirasakan oleh keenam subjek setelah suami berangkat bertugas dan selama

suami bertugas. Terlebih keenam subjek memiliki kendala-kendala dan pengalaman berat atau menyedihkan yang memicu terjadinya stres pada subjek. Subjek yang telah memiliki anak juga merasa kesulitan karena harus merawat anak sendirian tanpa dibantu oleh suami. Keenam subjek semakin merasa sangat khawatir dan terbebani karena sulitnya berkomunikasi dengan suami dan kerap kali mendengar kabar buruk yang berasal dari lokasi penugasan suami.

Friedman (2010, dalam Damayanti 2019) mengemukakan bahwa suatu keluarga akan dipaksa untuk bisa berubah ketika terdapat pengurangan atau penambahan dalam anggota keluarganya. Adanya pengurangan anggota keluarga yang dalam hal ini suami yang pergi untuk bertugas, juga akan menyebabkan pengalihan peran dan fungsi dari anggota keluarga yang pergi kepada anggota keluarga yang ditinggalkan yaitu istri atau subjek.

Sebagai konsekuensi dan tanggung jawab dari pilihannya, keenam subjek harus menerima pengalihan peran yang awalnya merupakan tugas suami. Seperti pendapat dari Marnocha (2012) yang mengemukakan bahwa penugasan suami dapat menjadi proses luar biasa bagi istri, dimana seorang istri akan menghadapi masa-masa sulit seperti merasakan kesepian, kehilangan dukungan secara emosional, munculnya tekanan karena perpisahan yang lama, terbebani karena adanya perubahan tanggung jawab, terdapat kemungkinan terjadinya kesulitan dan merawat anak, adanya gangguan peran menetap dalam keluarga hingga masalah keuangan.

3) Resiliensi istri tentara

Emosi-emosi negatif dan kesulitan serta pengalaman berat atau menyedihkan yang dirasakan oleh keenam subjek selama suami bertugas mampu diatasi subjek karena adanya resiliensi atau kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan yang dimiliki oleh subjek. Grotberg (1995) mengemukakan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan bertahan, serta merupakan kapasitas individu untuk

memecahkan dan menghadapi masalah setelah mengalami kesengsaraan.

Grotberg (1995) mengemukakan bahwa resiliensi individu dapat dipengaruhi oleh dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu I Have, I Am dan I Can. Faktor I Have merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan pemaknaan seseorang terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Faktor ini berkaitan dengan dukungan yang diperoleh oleh individu dari keluarga maupun lingkungan sekitarnya. Resiliensi yang terjadi pada diri subjek IT, M, NO, MK, SW, dan S disebabkan karena adanya faktor eksternal (I Have) yang membuat subjek tetap kuat seperti anak dan keluarga. Subjek juga mendapatkan dukungan IT, M, NO, MK, SW, dan S yang tulus dari keluarga dan lingkungan tempat tinggal subjek. Dukungan yang diterima subjek berupa dukungan secara emosional seperti memberikan semangat, motivasi, dan nasehat-nasehat hingga dukungan konkret seperti memberikan bantuan kepada subjek dalam menjalani aktivitas keseharian.

Faktor selanjutnya yaitu dukungan internal I Am dan I Can. Faktor I Am merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh individu, yang terdiri dari perasaan, sikap, dan keyakinan pribadi. Faktor I Am yang terlihat pada subjek IT seperti mandiri dimana subjek IT mengaku menjadi pribadi yang lebih mandiri setelah suami bertugas ke daerah konflik, dimana tugas-tugas rumah tangga dilakukan sendiri oleh subjek IT. Masalah-masalah yang dialami oleh subjek IT selama durasi penugasan suami juga mampu diatasi sendiri oleh subjek IT, selain itu subjek IT memiliki keyakinan akan kemampuannya dapat melewati masa penugasan suami yang menunjukkan adanya efikasi diri pada diri subjek IT. Subjek IT juga menunjukkan adanya kesadaran diri bahwa menjadi seorang istri tentara harus kuat dan tidak boleh terlalu terpuruk dengan keadaannya. Selain itu, subjek IT terlihat berempati dengan keadaan istri tentara lain yang sedang mengalami kendala, subjek IT ikut merasa apa yang dirasakan istri tentara yang mengalami kendala karena memiliki nasib yang sama dengan istri tentara

tersebut. Subjek IT juga memberikan dukungan dan bantuan kepada istri tentara yang mengalami kendala tersebut.

Pada subjek M, faktor I Am yang terlihat subjek M menjadi terbiasa melakukan tugas-tugas rumah tangga sendirian. Subjek M juga secara mandiri mengatasi masalah yang terjadi di dalam rumah seperti genteng bocor. Subjek M terlihat bertanggung jawab terhadap peranannya sebagai seorang istri tentara yang harus terus mendukung pekerjaan suami dan mendoakan yang terbaik bagi keadaan suami. Subjek M selalu menguatkan dan meyakinkan dirinya untuk bisa bertahan dan tetap kuat selama suami bertugas ke daerah konflik. Selain itu, subjek M turut merasa sedih dan menangis ketika salah satu rekan istri tentara mengalami musibah berupa suaminya terkena tembakan dengan OPM. Subjek M turut menguatkan istri tentara lain dan ikut mengkhawatirkan kondisi suami yang bertugas di daerah yang sama.

Faktor I Am yang terlihat pada subjek NO tidak jauh berbeda dengan subjek IT dan subjek M. Dimana subjek NO terlihat sangat bertanggung jawab akan peranannya sebagai istri tentara, subjek NO menyadari bahwa sudah menjadi konsekuensi sebagai seorang istri tentara yang harus siap ditinggal oleh suami bertugas kapan saja. Subjek NO juga mengatasi masalah secara mandiri dan menerima pengalihan peran menjadi orang tua tunggal bagi anak-anaknya. Subjek NO menjelaskan bahwa walaupun tetangga sekitar dapat dimintai pertolongan, namun subjek NO merasa tetap harus menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya sendiri karena masing-masing rumah tangga memiliki permasalahan tersendiri. Subjek NO seringkali menguatkan diri sendiri dan selalu mengandalkan diri sendiri ketika mengalami kendala. Subjek NO juga berempati kepada istri tentara lain yang sedang mengalami kendala dan turut memberikan dukungan, subjek NO juga menjadi lebih berhati-hati agar tidak menyakiti perasaan rekan istri tentara lain yang sedang terkena musibah.

Subjek MK menunjukkan faktor I Am seperti bertanggung jawab akan peranannya sebagai istri

tentara serta mandiri dalam melakukan tugas rumah tangga dan mengatasi masalah yang dialami secara mandiri. Subjek MK mengaku setelah penugasan suami menjadi pribadi yang lebih mandiri dan tidak terlalu bergantung kepada suami lagi dalam hal urusan rumah tangga. Subjek MK juga memiliki kesadaran akan kemampuan yang dimiliki sehingga membuat subjek mampu membuat keputusan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Sikap optimis juga terlihat dalam diri subjek MK karena subjek MK merasa mampu kembali menjalani apabila suami subjek kembali diperintahkan untuk bertugas di daerah konflik lain.

Faktor I Am yang sangat terlihat pada subjek SW adalah mandiri. Dimana subjek SW melakukan segala pekerjaan rumah sendirian. Bahkan subjek SW melakukan pekerjaan rumah yang biasanya dilakukan oleh laki-laki seperti menyemprotkan pestisida ke rumput di halaman rumahnya. Pada saat pindah rumah juga subjek SW semaksimal mungkin melakukan segala urusannya sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain, subjek SW baru meminta bantuan kepada bamin ketika ada pekerjaan yang tidak sanggup dilakukannya sendiri seperti mengangkat lemari, kulkas, atau barang berat lainnya. Subjek SW sebisa mungkin melakukan segala pekerjaan secara mandiri dan tidak merepotkan orang lain. Subjek SW memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi segala masalah yang dihadapinya selama suaminya bertugas. Subjek SW memiliki kesadaran akan perannya sebagai seorang istri tentara serta berempati kepada istri tentara lain yang terkena kendala atau musibah. Subjek SW turut merasakan perasaan yang dialami oleh istri tentara yang terkena musibah dan turut memberikan dukungan serta saling menguatkan satu sama lain. Subjek SW juga menunjukkan sikap optimis mampu menjalani penugasan suami untuk kedua kalinya.

Pada subjek S, sumber I Am yang terlihat adalah mandiri, dimana subjek S secara mandiri mengurus anak dan menerima pengalihan peran setelah suami berangkat bertugas ke daerah konflik. Subjek S

mendapatkan banyak ilmu dan pelajaran mengenai pekerjaan rumah tangga yang biasanya dilakukan oleh suaminya. Subjek S juga bertanggung jawab akan perannya sebagai seorang istri tentara, subjek S sangat memahami bagaimana pekerjaan suaminya dan hanya bisa mendoakan yang terbaik bagi suaminya. Ketika ada istri tentara lain yang terkena musibah, subjek S turut prihatin dan turut merasakan apa yang dirasakan serta ikut memberikan semangat agar rekan istri tentara yang mengalami musibah tersebut tidak terlalu berlarut-larut dalam masalahnya.

Adapun faktor I Can merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan seseorang yang berhubungan dengan keterampilan sosial dan interpersonal yang meliputi keterampilan berkomunikasi, memecahkan masalah, mengukur temperamen sendiri dan orang lain, serta menjalin hubungan saling mempercayai. Faktor I Can yang terlihat pada subjek IT yaitu subjek IT mampu meregulasi emosi negatif yang dirasakannya dengan mencari hiburan dan menyibukkan diri dalam kegiatan-kegiatan yang ada di asrama. Subjek IT juga meregulasi emosinya dengan senantiasa berpikir positif dan berdoa kepada Tuhan. Subjek IT juga mampu meningkatkan aspek positif yang ada dalam dirinya dan mampu menganalisis masalah yang dihadapinya, seperti saat suami subjek tidak ada kabar selama operasi penugasan di Beoga, subjek mencari cara alternatif untuk mengetahui kabar suami dengan mengakses berita-berita secara online, subjek IT juga menanyakan perihal satuan penugasan suami ke satuan penugasan terdekat untuk mengetahui alasan mengapa suaminya tidak memberikan kabar kepada dirinya.

Faktor I Can pada subjek M, subjek M meregulasi emosi negatif dan stres yang dirasakan dengan menyibukkan diri mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di asrama, subjek M juga mengatasi stres dengan berkumpul bersama istri tentara lain dengan tujuan untuk menghibur diri. Kemampuan menganalisis masalah juga terlihat pada subjek M ketika subjek M ingin meminta persetujuan melakukan operasi anak kepada suami, namun sangat sulit untuk

berkomunikasi dengan suami karena masalah jaringan sehingga subjek M memutuskan untuk menghubungi komandan kompi suami untuk dapat meminta izin kepada suami.

Pada subjek NO, subjek NO memiliki kontrol terhadap impuls yang baik, dimana subjek NO berusaha semaksimal mungkin untuk tidak menunjukkan emosi negatif yang dirasakannya di hadapan anak-anaknya dan melakukan kegiatan-kegiatan yang menurutnya dapat mengalihkan pikirannya. Subjek NO meregulasi emosinya dengan memperbanyak Shalat dan berdoa serta melakukan kegiatan positif seperti berolahraga. Selama suami bertugas, subjek NO sengaja memadatkan kegiatannya dengan melakukan gym, volly, senam, atau kegiatan lain di asrama dengan tujuan agar pikirannya dapat teralihkan.

Faktor I Can pada subjek MK yaitu subjek MK meregulasi emosinya dengan lebih mendekatkan dirinya kepada Tuhan. Subjek MK memperbanyak sholat, berdoa, dan membaca Al-Qur'an. Subjek MK juga mengalihkan emosi negatif dengan menyibukkan diri mengikuti kegiatan-kegiatan rutin yang ada di dalam asrama, selain itu subjek MK juga seringkali menyisihkan waktu untuk dirinya sendiri untuk menonton youtube atau membaca novel.

Pada subjek SW regulasi emosi yang dilakukannya yaitu menyibukkan diri dengan bergabung kedalam kepengurusan di cabang dan ranting PERSIT. Subjek SW juga menyibukkan dirinya dengan membuka dan mengurus kantin kompi. Selain itu, subjek SW juga meregulasi emosinya dengan berdoa dan membaca surah Yaasiin ketika merindukan suaminya. Subjek SW juga sering kali berkumpul bersama tetangga-tetangganya untuk menghibur diri. Sementara pada subjek S, subjek S meregulasi emosinya dengan senantiasa berpikir positif dan mendoakan suami yang sedang bertugas.

Berdasarkan uraian pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa keenam subjek dalam penelitian ini memiliki resiliensi yang baik dan mampu bangkit dari keterpurukan yang menimpanya dan

menghadapi permasalahan yang dihadapinya dengan tidak mudah putus asa dan berkembang menjadi pribadi yang lebih baik, mandiri, serta tangguh.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian serta analisis data hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Penugasan suami di daerah yang rawan terjadinya konflik memiliki dampak negatif terhadap kondisi mental dan fisik subjek yang ditinggal bertugas. Dampak negatif terhadap mental subjek dapat semakin memburuk apabila subjek tidak memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tidak memiliki sumber dukungan sosial di lingkungan tempat tinggalnya.
- 2) Sumber resiliensi subjek berasal dari dorongan serta dukungan dari keluarga, tetangga, teman-teman, serta adanya dorongan yang kuat dari dalam diri subjek untuk bisa mandiri, bangkit, dan melanjutkan hidupnya. Bagi subjek yang telah memiliki anak, anak menjadi sumber utama bagi subjek untuk bisa bangkit dari keterpurukan.
- 3) Bentuk resiliensi yang terlihat dari setiap subjek dimulai dengan adanya kesadaran dalam dirinya bahwa tidak boleh terpuruk demi anak dan suami, kemudian timbulnya sikap mandiri, optimis, hingga kemampuan untuk meregulasi emosi negatif subjek ke kegiatan atau aktivitas yang lebih positif. Bentuk resiliensi lain yang terlihat seperti bertanggung jawab, memiliki efikasi diri yang bagus, berempati terhadap lingkungannya, mampu meningkatkan aspek positif dalam dirinya hingga kemampuan memecahkan masalah dan kontrol terhadap impuls yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmarina, N. L. P. G. M., & Lestari, M. D. (2017). Gambaran kepercayaan, komitmen pernikahan, dan kepuasan

- hubungan seksual pada istri dengan suami yang bekerja di kapal pesiar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(2), 239-249.
- Birt, L., Scott, S., Cavers, D., Campbell, C., & Walter, F. (2016). Member checking: A tool to enhance trustworthiness or merely a nod to validation?. *Qualitative Health Research*, 26(13), 1802-1811.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Damayanti, F. E. (2019). Resiliensi istri tentara (TNI-AD) yang tinggal di asrama ketika suami bertugas di daerah konflik. *Profesional Health Journal*, 1(1), 9-20.
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Bernard van Leer Foundation: Washington DC, America.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar*. Jakarta Timur: Kencana.
- Kahija, YF. L. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami hidup*. Penerbit PT Kanisius: Yogyakarta.
- Litiloly, F., & Swastaningsih, N. (2014). Manajemen stres pada istri yang mengalami long distance marriage. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 2 (2), 53-61.
- Marnocha, S. (2012). *Military wives transition and coping: Deployment and the return home*. ISRN Nursing. 2012, 1-8. doi: 10.5402/2012/798342.
- Muthia, T., & Hadiwirawan, O. (2021). Pencarian posisi peran anggota persit: Penelitian tentang istri TNI yang bekerja. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(1), 22-47.
- Pemerintah Indonesia. *Undang-Undang Nomor 34 Tahun 2004 tentang Tentara Nasional Indonesia*.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Boradway Books.
- Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada remaja jawa. *Gajah Mada Journal Of Psychology*, 1(2), 96-105.
- Supiyati, Y. (2020). *Stress dan coping pada istri TNI-AD saat ditinggal suami bertugas*. (Skripsi). Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma: Yogyakarta.
- Suryadi, D. (2020). *Melenting menjadi resilien*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017) *Self efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis*. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- Wijayana, R. G. (2019). *Kesepian istri TNI yang tinggal di batalyon selama penugasan suami*. (Skripsi). Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah: Surakarta.